

# راهنمای مصرف کنندہ

## روش استفاده از پروکیوتین:

- بطری را قبل از مصرف تکان دهید.
- پوست را کمی مرطوب کنید.
- پروکیوتین را به مقدار کم روی پوست اسپری کنید.
- هر شب قبل از خواب از محصول استفاده کنید.
- بعد از مصرف آبکشی نکنید.

می توانید پروکیوتین را روی پوست سر، صورت و بدن استفاده کنید. برای دستیابی به بهترین نتیجه، به مدت 4 الی 6 ماه از محصول استفاده کنید. پروکیوتین از ترکیبات سازگار با پوست ساخته شده است، بنابراین در عین حال که موثر است مناسب مصرف بلند مدت و روزانه می باشد.



## روش استفاده از پروکیوتین روی پوست های حساس:

پروکیوتین را به روش زیر و صرفا با آب آشامیدنی برای مصرف همان روز رقیق کنید:

- در هفته اول، محصول را با آب به نسبت 2 به 10 با آب مخلوط کنید.
- در هفته دوم، محصول را با آب به نسبت 4 به 10 مخلوط کنید.
- در هفته سوم، محصول را با آب به نسبت 7 به 10 مخلوط کنید.
- در هفته چهارم می توانید محصول را با غلظت کامل استفاده کنید.

فرمولاسیون پروکیوتین طوری است که اگر غلظت آن به تدریج، و در طول زمان افزایش یابد، برای پوست های حساس مناسب است. پروکیوتین را با آب غیر آشامیدنی یا برای مدتی طولانی مخلوط و نگهداری نکنید.



## روش استفاده از پروکیوتین روی سطوح:

- پروکیوتین را روی شانه، روبرالشی، ملحفه، حوله و سایر وسایل شخصی خود اسپری کنید.
- محصول را روی وسایل کلینیک یا سالن زیبایی، و سایر سطوحی که در تماس مستقیم با پوست و مو است اسپری کنید.

## در چند ماه اول مصرف پروکیوتین چه انتظاری داشته باشیم؟

معمولا در چند ماه اول مصرف محصول، علایمی مانند خارش، قرمزی و التهاب، همزمان با کاهش تعداد دمودکس ها کم می شود.

در برخی از افراد، ممکن است قبل از مشاهده بهبود، - برخی از علایم برای مدتی تشدید شوند که می تواند نشانه از بین رفتن تعداد زیادی از دمودکس ها باشد که خارج شدن مواد زائد از بدن آنها سبب واکنش های التهابی در سطح پوست می شود. این حالت غالبا واکنشی طبیعی است و نشان دهنده جمعیت زیاد دمودکس ها است. با این حال می توانید با پیروی از دستورالعمل های ذکر شده برای پوست های حساس، از شدت این واکنش ها بکاهید.

پروکیوتین دمودکس ها را هدف قرار داده و در طول زمان تعداد آنها را کم می کند و در نتیجه کمک می کند تا علایم ناشی از آلودگی به تراکم بالای دمودکس ها برطرف شود.

## نکات کلی مصرف پروکیوتین:

- پروکیوتین در تمام قسمت های پوست قابل استفاده است.
- استفاده از سایر محصولات موضعی توصیه نمی شود تا منبع اضافی برای تغذیه دمودکس ها فراهم نشود. اگر استفاده از ترکیبات موضعی دیگر ضروری است، صبح ها از آنها استفاده کنید.
- از صابون و پاک کننده ها تنها در مواقع لزوم استفاده کنید. مصرف بیش از حد، پوست را خشک می کند. به جای آن پوست خود را زیر آب گرم ماساژ دهید و سپس با آب خنک آب بکشید.
- اگر پوستتان خشک است، به جای لوسیون ها و مرطوب کننده ها، از روغن نارگیل ارگانیک استفاده کنید. لوازم آرایش و کرم های چرب، مایت ها را تغذیه می کند و پروسه رهایی از دمودکس ها را کند می کند.



## تغییرات شیوه زندگی که اثرگذاری پروکیوتین را بیشتر می کند.

با ترک عادات زیر خود را به چالش بکشید:

- سیگار و الکل را ترک کنید.
- شیوه زندگی بدون تحرک را تغییر دهید.
- لوازم شخصی خود را با دیگران به اشتراک نگذارید و از وسایل آنها استفاده نکنید.
- غذاهای چرب و سرخ شده کمتر مصرف کنید.
- از لوازم آرایشی و بهداشتی چرب استفاده نکنید.
- از استرس دوری کنید.

عادات زیر را در خود تقویت کنید:

- به طور منظم ورزش کنید و مقدار مناسب آب بنوشید.
- شاد باشید، زیاد بخندید و روحیه مثبتی داشته باشید.
- از غذاهای تقویت کننده سیستم ایمنی بیشتر استفاده کنید.
- به مقدار کافی بخوابید.
- تنها در مواقع لزوم از پاک کننده ها استفاده کنید.
- پوست خود را با آب گرم بشویید و سپس با آب سرد آبکشی کنید.
- تنها از لوازم آرایش بدون چربی و محصولات طبیعی استفاده کنید.

## دمودکس های محیط اطراف خود را از بین ببرید.

- چند روش هوشمندانه برای جلوگیری از انتقال مجدد دمودکس ها به پوست و یا سرایت آنها به دیگران:
- مقدار کمی از محصول را هر شب روی وسایلی که در تماس مستقیم با پوست هستند، اسپری کنید.
  - اگر ممکن است پارچه هایی مثل ملحفه و حوله را چندین ساعت در روز زیر نور آفتاب قرار دهید.
  - وسایل شخصی آلوده را به مدت 2 تا 3 روز استفاده نکنید.

## رفع مسئولیت:

اطلاعات این راهنما در حد دانش ما دقیق است. با این وجود تعهد قانونی ایجاد نمی کند و تمام مسئولیت مصرف محصولات به عهده خریدار است.

